BANCHETTO E CIBO NELL’ANTICA ROMA

Prendin Leonardo, Radice Mattia e Zuin Daniele

SOMMARIO:

In questa esposizione vedremo le abitudini romane a tavola nell’arco di un’intera giornata, partendo dallo ientaculum fino ad arrivare alla cena.

Prima colazione (ientaculum)

Pranzo (prandium)

Bon ton

Cena/Banchetto (coena)

Commissatio

Cosa accade dopo il banchetto

PRIMA COLAZIONE (ientaculum)

ORE 8.00

La prima colazione romana (**ientaculum**) è **abbondante ed energetica**, oggi diremmo "all'americana" e quindi è uno dei pasti forti della giornata. Ovviamente anche a tavola troviamo un **divario tra poveri**, che mangiano ció che possono, **e gli aristocratici** che hanno ampia scelta.

Sulla tavola romana troviamo principalmente **focacce, pane, miele, latte, vino, frutta**, soprattutto secca, ed alcune volte persino carne; mentre non troviamo alimenti a noi indispensabili come caffè e cioccolata poiché non erano ancora stati scoperti. Spesso includeva anche gli avanzi della sera precedente.

IGIENE ORALE

finito l’ientaculum

I romani hanno sempre **curato** un aspetto importante della persona:

- **L’alito**: esistono già delle **pastiglie aromatizzate** per renderlo più gradevole. Inoltre veniva già utilizzato una sorta di **dentifricio** a base di bicarbonato di sodio, ma tuttavia c’era chi aveva l’abitudine di lavarsi i denti **con l’urina**.

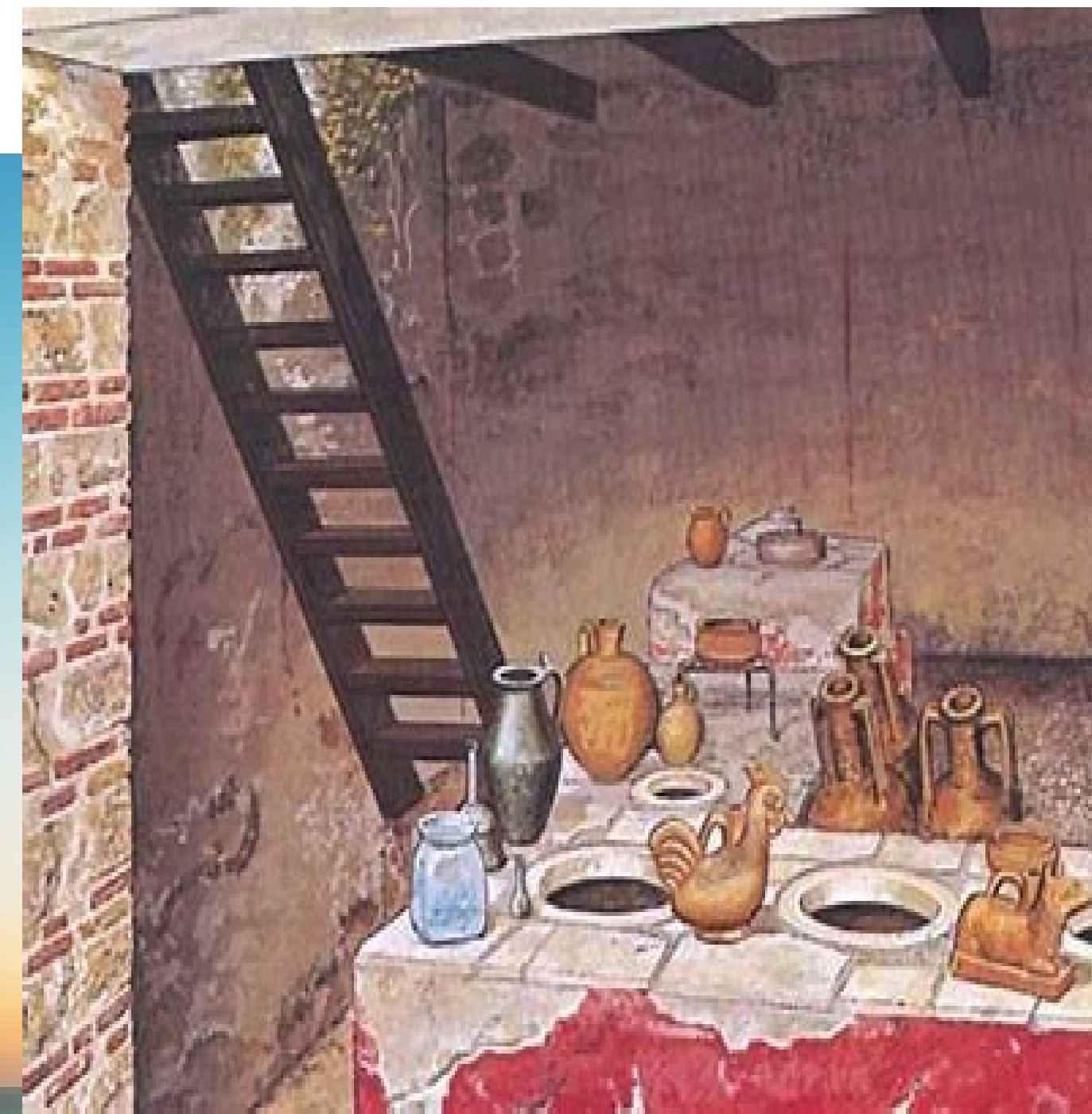
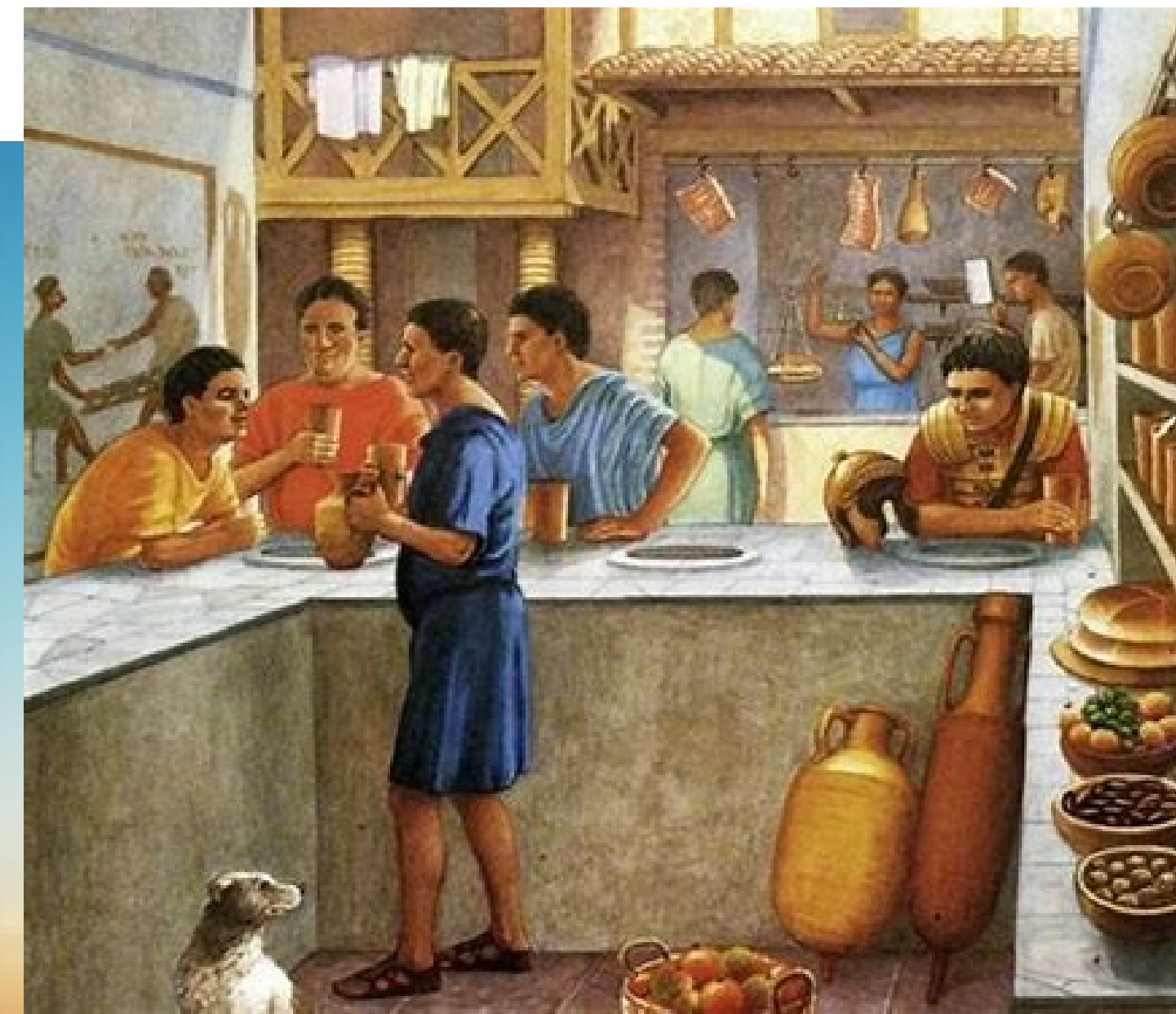
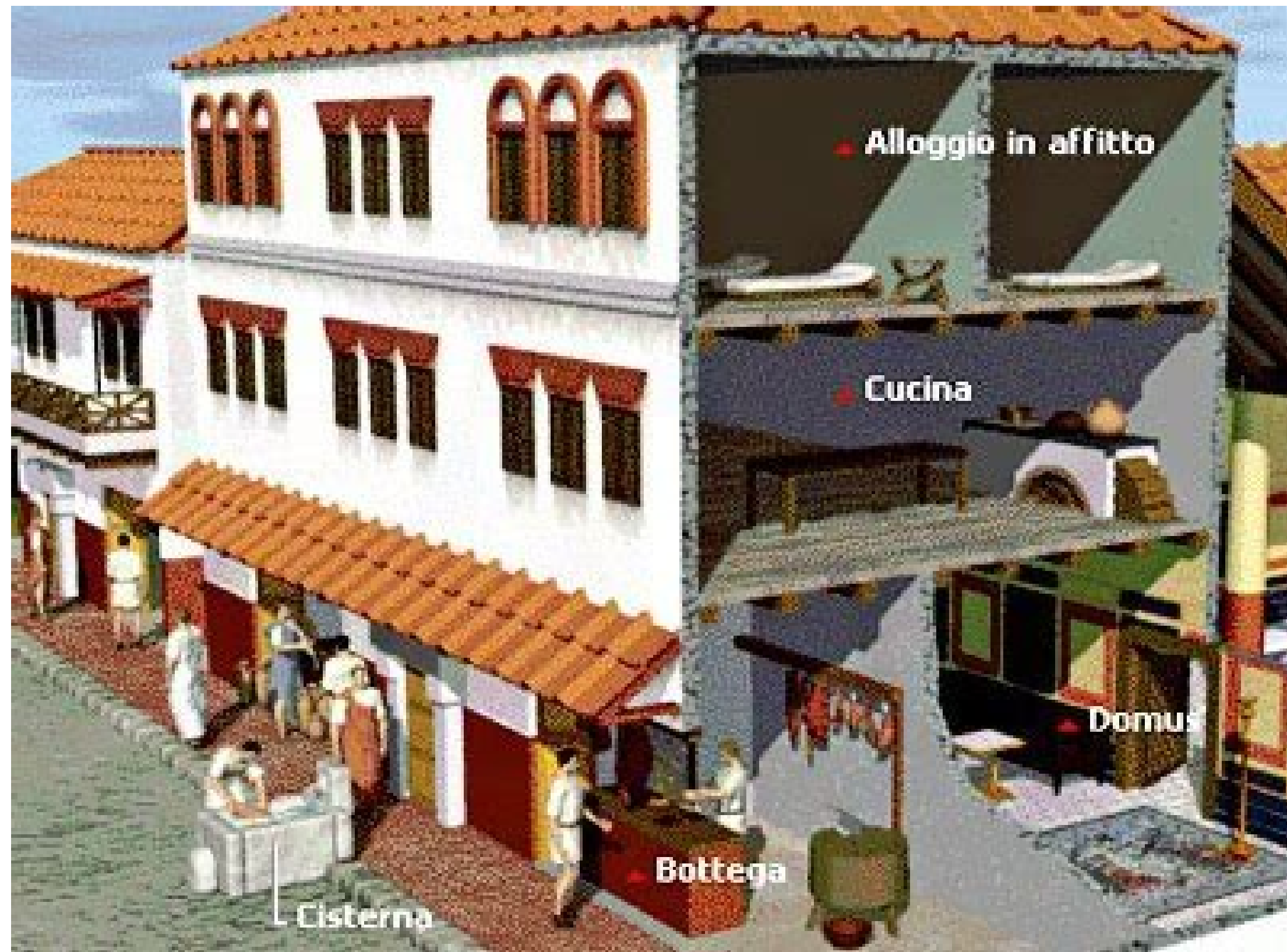
- **I denti**: a tavola usano degli **stuzzicadenti**. Quelli patrizi sono spesso in argento e hanno delle dimensioni **simili** a quelle di una **forchetta** poiché da una parte si trova una **punta** lunga, piatta e ricurva, per **pulirsi i denti**, mentre **all’estremità opposta** si trova una sorta di “**cucchiaino**” per **pulirsi le orecchie**.

IL PRANZO

ORE 13.00

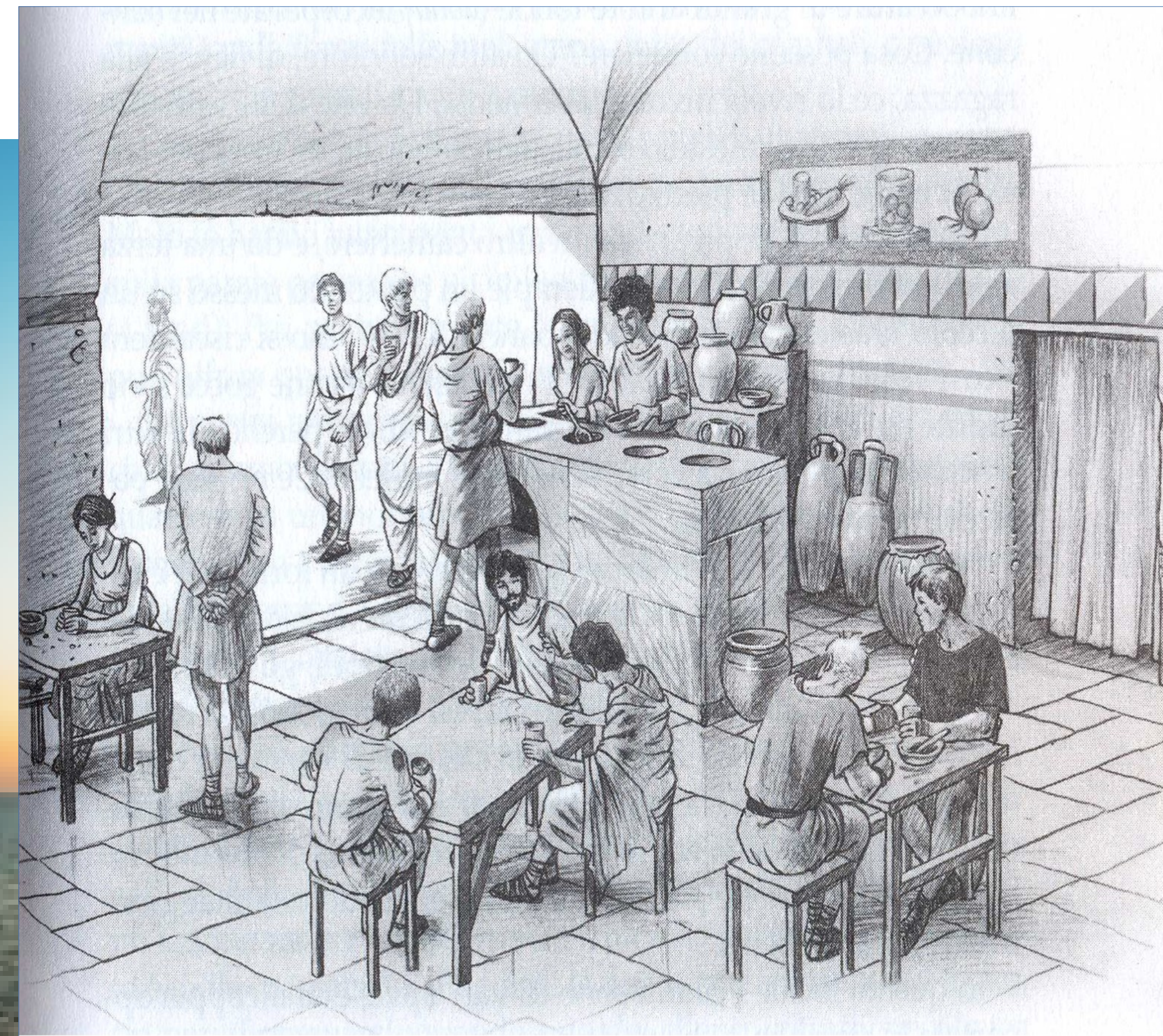
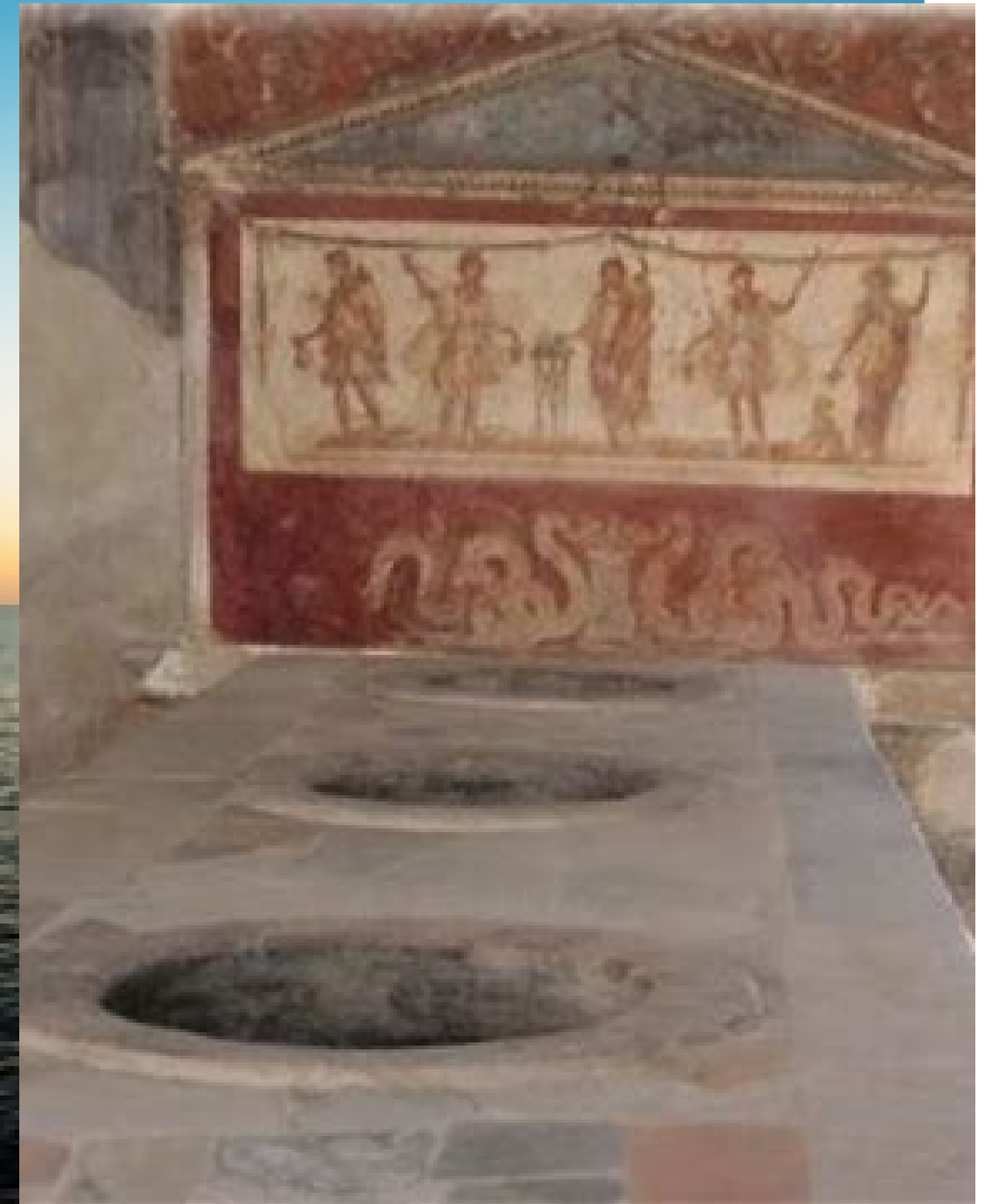
Il pranzo per i Romani è molto **frugale**: si è soliti, infatti, mangiare legumi, uova sode, olive, formaggi di pecora o di capra, cipolle, qualche spiedino, pesce alla griglia, dei fichi e bere l’immancabile e tipico **vino**.

BOTTEGA VINARIA

Tra i diversi luoghi in cui i Romani si fermavano a pranzare, troviamo la **bottega vinaria**: si trattava di un sorta di **predecessore** delle più moderne **taverne (o bar)** dove si mangiavano principalmente cose semplici, in piedi e rapidamente; come una semplice coppa di **vino** accompagnata da delle **focacce**.

Una cosa sorprendente di questi luoghi è la loro similitudine con i nostri rispettivi locali moderni; per esempio era presente una rastrelliera a cui erano appese delle anfore. Questo si può dire che sia l'equivalente delle più recenti esposizioni di bottiglie di vino che avvengono all'interno dei bar.

TRATTORIA ROMANA (POPINA)

La **popina** era un **grande locale**, molto simile ad **un'osteria moderna**, tipico dell'antico impero romano in cui si mangiava potendo stare seduti. I **tavoli** della popina erano posizionati sia **all'esterno**, sul marciapiede, che **all'interno**.

In un lungo **bancone a "L"**, il cui **lato più corto** si affacciava direttamente sulla **strada**, una ragazza serviva piatti e bicchieri ai clienti in fila ed inoltre, **all'interno del bancone**, si trovava una vasca con dell'acqua che fungeva da **lavandino**. Sul lato del bancone che si trovava all'interno del locale erano presenti degli **ampi fori circolari**: sono le **imboccature** di grandi anfore (**dolia**) incorporate nel bancone che possono **contenere** degli **alimenti** (olive, farro…) o **vino**. All'interno di esse era anche possibile trovare il **piperatum**, una bevanda molto richiesta.

In un angolo della popina è anche possibile trovare un **forno** (simile ai nostri forni a legna) che era utilizzato per **cuocere focacce, pane ed altri cibi**.

Su una parete del locale era anche possibile trovare una sorta di **menu “figurato”** per essere visibile a tutti, simile a quello dei **fast food moderni**.

BON TON A TAVOLA

Durante i banchetti era considerato sconveniente affrontare temi politici mentre, invece, erano **ammessi** tutti gli altri argomenti, **battute**, **barzellette** e anche versi poetici.

I romani non conoscevano le forchette quindi **si mangiava ogni cosa con le mani;** ma in realtà ognuno aveva a disposizione **vari tipi di coltelli e cucchiai**. Siccome mancavano le forchette l'abitudine della cucina romana era quella di servire il **cibo tagliato a pezzetti**, per essere più facile da mangiare.

Nell'antica Roma era **usanza buttare ogni scarto sul pavimento**, davanti e sotto i letti del triclinio: ossa, gusci di aragoste, conchiglie, ossa di maiale… Per questo motivo erano presenti degli schiavi che facevano avanti e indietro per raccogliere tutto ciò che finiva a terra. I **rutti** erano molti e graditi, considerati un **atto di nobiltà e di gradimento**. Inoltre capitava che gli ospiti **vomitassero** durante lo svolgimento del banchetto, per **liberare spazio** per le portate successive, ed anche questa era **considerata una cosa normale**.

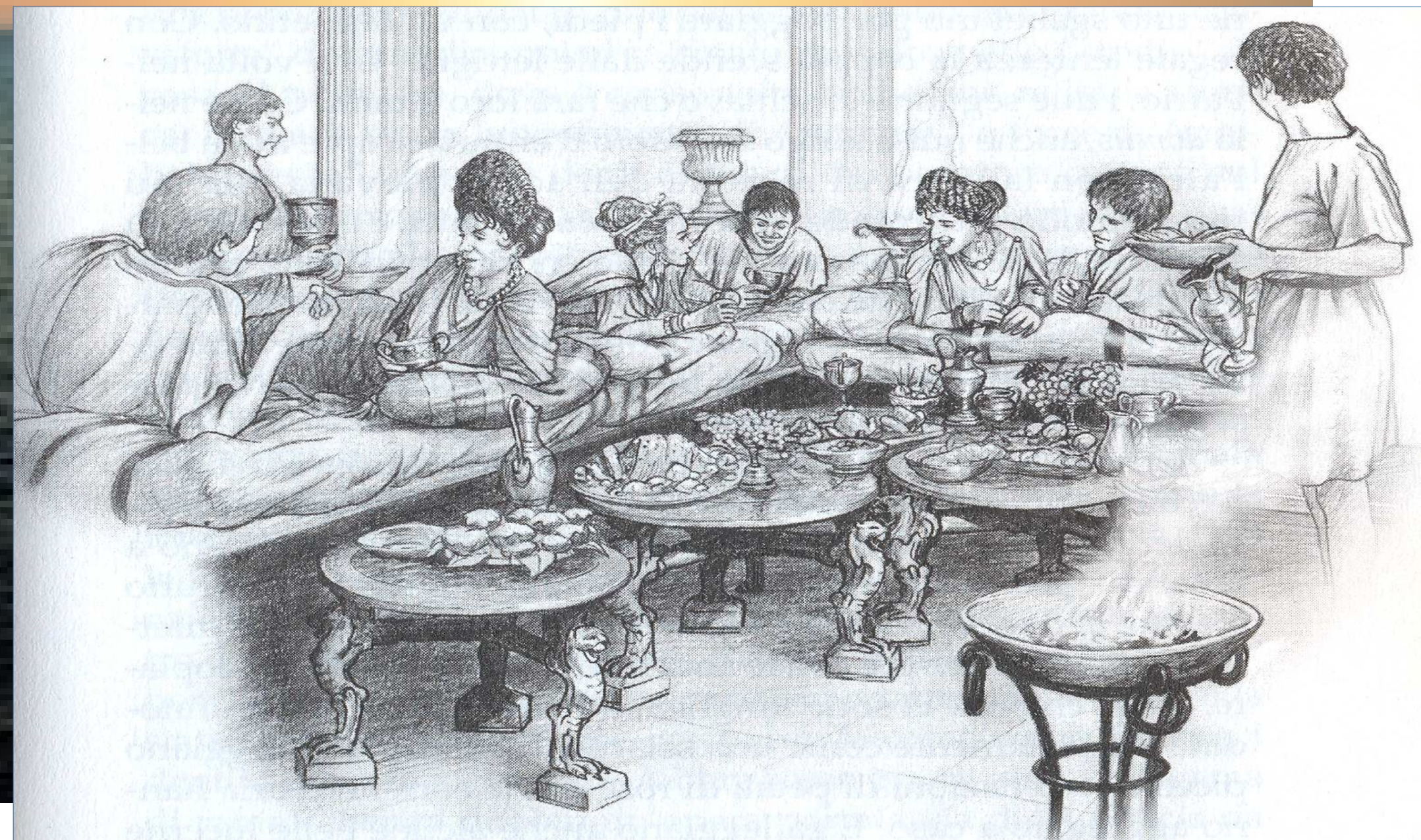
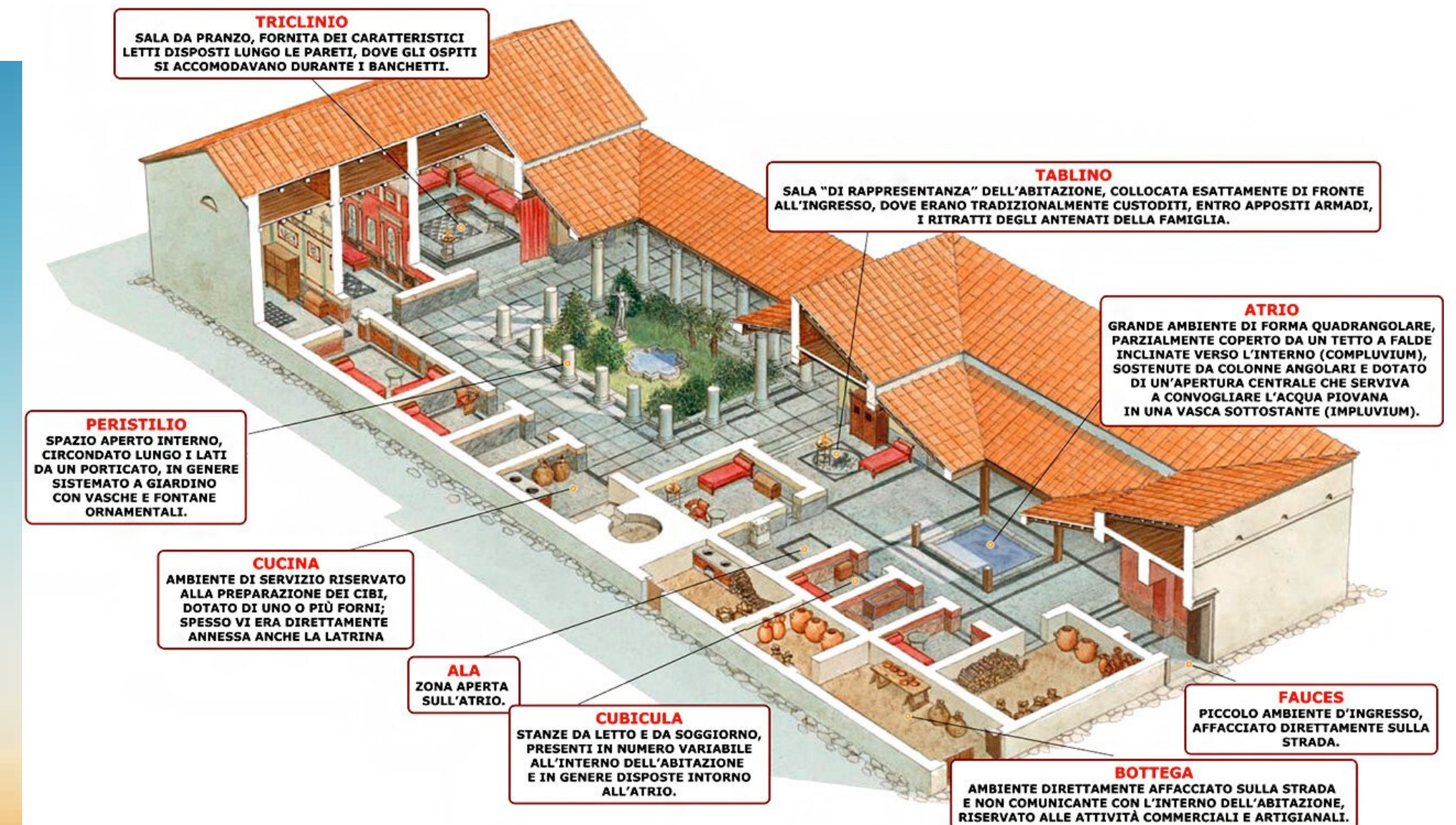
LA CENA ED IL BANCHETTO

ORE 16.00 CIRCA

La **cena**, per i romani, è considerata **l'ultimo grande appuntamento** della giornata.

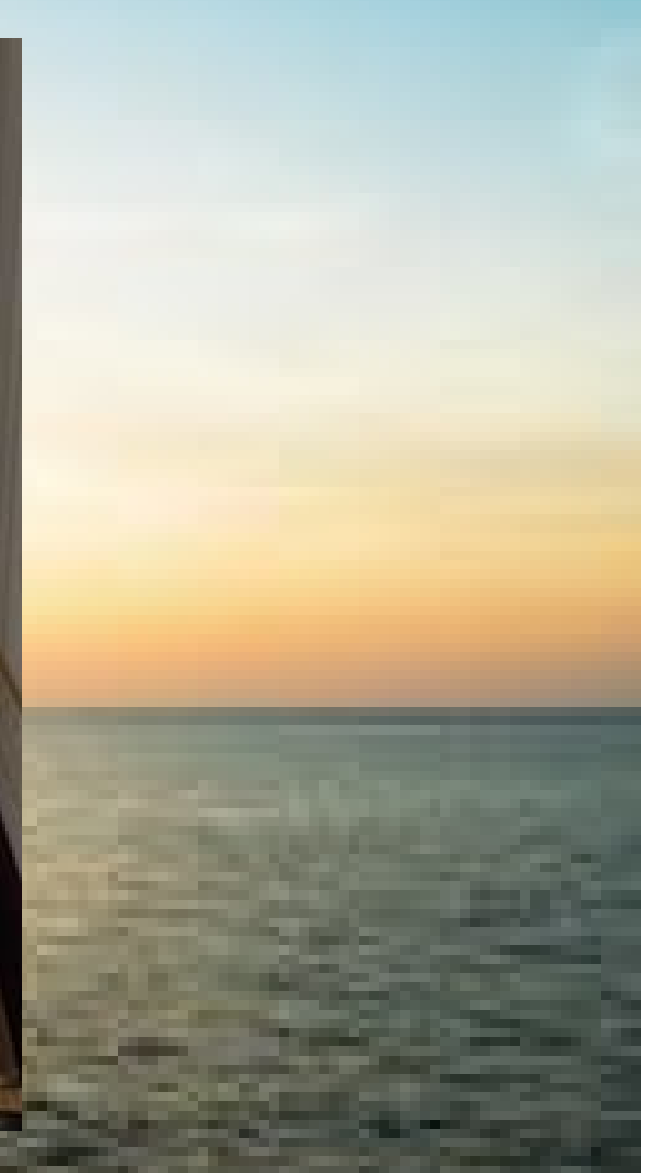
Avviene così presto perché, come succede per le altre attività, in mancanza di luce artificiale tutto **coincide con il ciclo del sole**; ma anche siccome, essendo il pranzo frugale, la fame avviene prima rispetto al solito.

Per i romani è abitudine organizzare dei **banchetti molto frequentemente** (possono durare fino a **6-7 ore**); essi sono principalmente delle **occasioni** per creare e rafforzare delle **relazioni sociali**, per mostrare la propria **condizione economica**, per stringere **alleanze politiche** e, meno spesso, per stare in compagnia e distrarsi con i propri amici.

È da sottolineare, però, che **soltanto** una parte della **popolazione**, la minoranza, ovvero quella **più ricca**, riesce a permettersi queste cene così lussuose. Quindi, per buona parte della **restante popolazione**, la cena si può riassumere in un **pasto molto semplice**.

Agli ospiti del banchetto, arrivati nell’atrio della domus, vengono lavati i piedi dagli schiavi del padrone ospitante; siccome la cena avverrà a piedi scalzi.

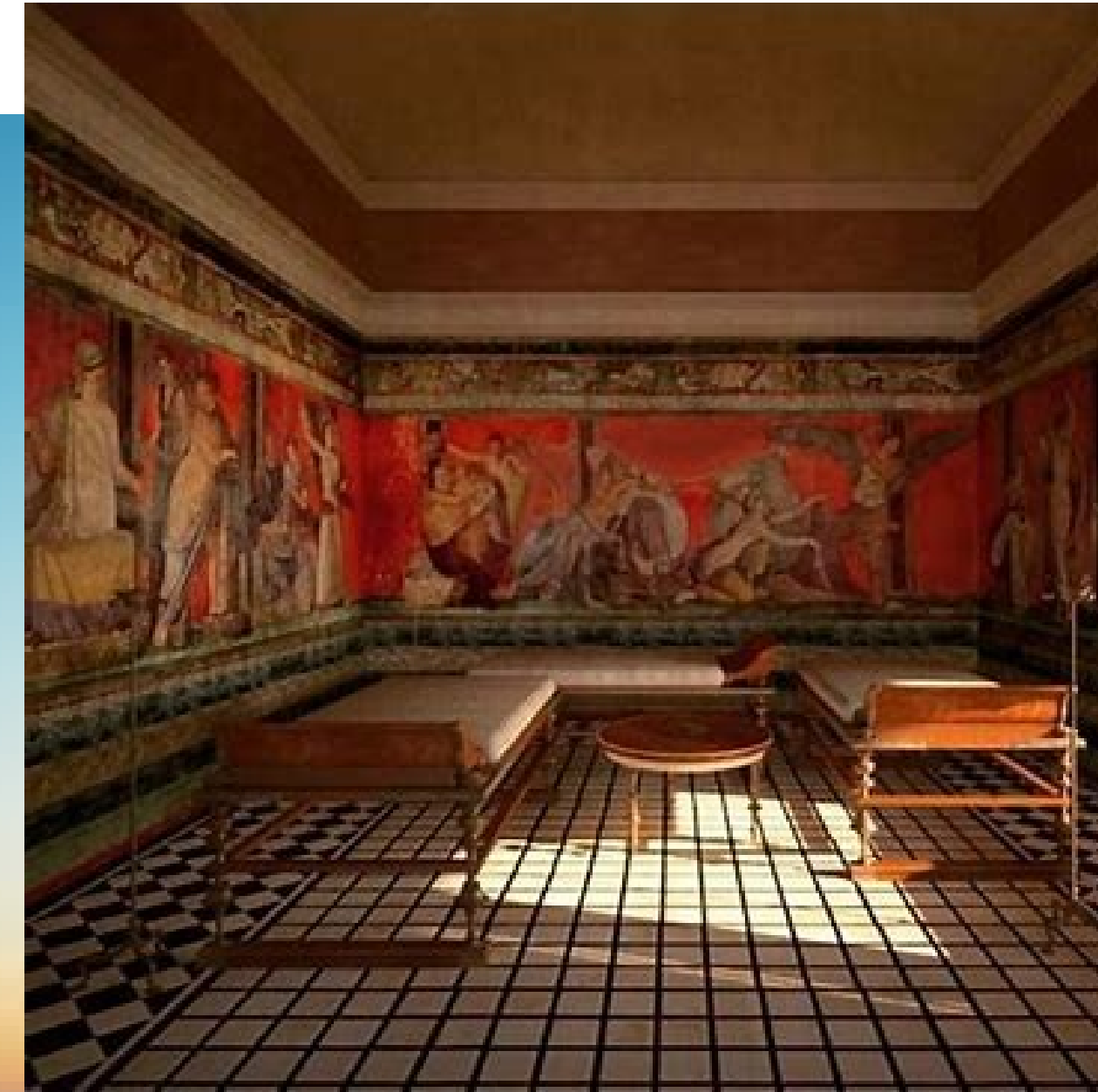
Dopo di che gli invitati proseguono fino alla **sala del banchetto** (il **triclinio**), solitamente posta **dopo un tragitto** che permette di mostrare agli ospiti i punti più belli ed importanti della casa; spesso spiegati dal **nomenclator**.

Nella sala del banchetto sono sempre presenti gli iconici **letti del triclino**; solitamente disposti a ferro di cavallo attorno al tavolo. Per i romani il triclino non era semplicemente una sala da pranzo, ma **rappresentava tutto il mondo**: il **soffitto** è il **cielo**, il **tavolo** con i letti triclini e gli invitati è la **Terra**, il **pavimento** il **mondo dei morti**. Era usanza che, durante la cena, fossero sempre **presenti dei musicisti di accompagnamento**.

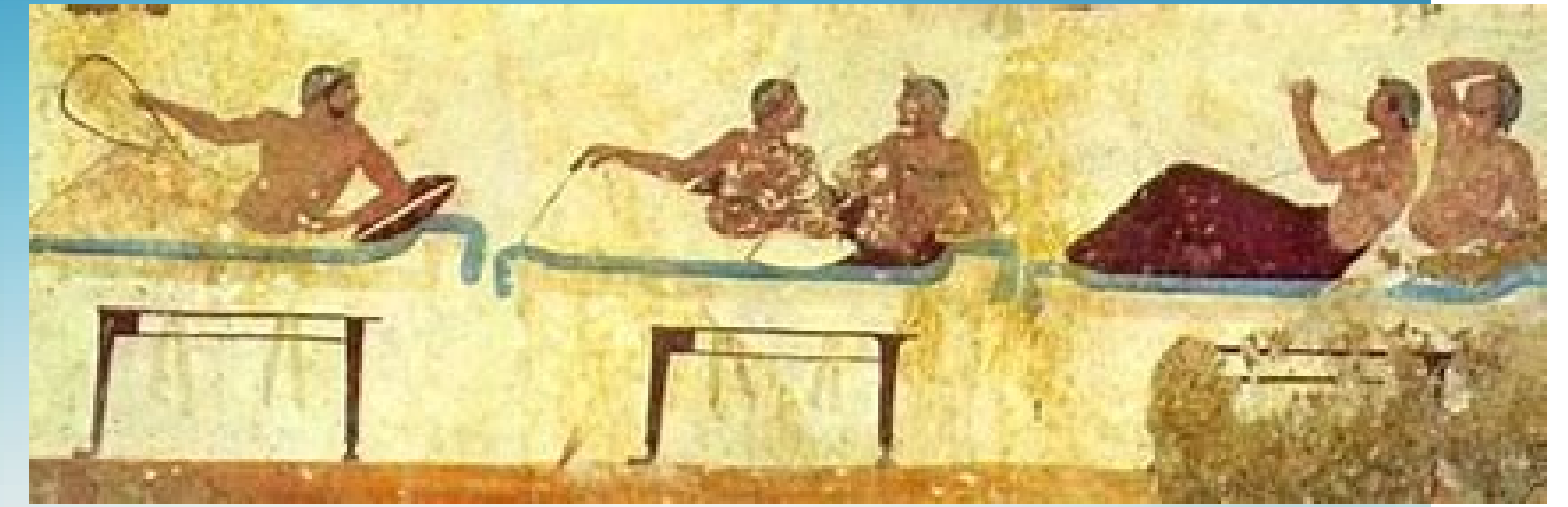
Ogni volta prima di iniziare a mangiare degli **schiavi lavavano le mani agli ospiti.**

Spesso capitava che come **introduzione** alla cena ci fosse uno **schiavo colto**, solitamente proveniente dalla Grecia, che recitava **composizioni in greco e latino**. Infatti il cominciare a recitare queste composizioni era un segno per gli schiavi che cominciavano a servire **l'antipasto (gustus)**.

Prima di ogni portata i servi incaricati, **ministratores**, annunciavano agli ospiti ciò che stavano per mangiare. Uno dei piatti più rinomati e ambiti nelle cene della capitale erano le **Mammelle di scrofa farcite con ricci di mare** che univano il sapore dolce della carne di maiale a quello marino delle uova di riccio. Ciò che di solito accompagnava l'antipasto era il **mulsum**, cioè **vino mescolato a miele**.

Altri cibi che spesso abbondavano nei banchetti romani erano: **ostriche, carne di ghiro e di fenicottero, vulve di scrofa a forma di pesce e lingue di airone al miele** ed una salsa molto richiesta nei banchetti, **il garum.**

Era abitudine che un buon banchetto avesse almeno **sette portate**: oltre agli antipasti, seguono **tre primi piatti**, **due arrosti** e **il dessert**.

Durante i banchetti i romani mangiavano in un modo alquanto particolare: stavano **sdraiati** sul letto del triclino sul gomito sinistro appoggiato su un cuscino, tenevano il piatto sempre con la mano sinistra e con la destra mangiavano. Inoltre i convitati erano sdraiati **l'uno accanto all'altro**.

Una delle prime portate poteva essere, per esempio, un grande piatto con tante aragoste farcite di caviale; disposte lungo i fianchi di un vulcano di ghiaccio tritato. Il suo cratere conteneva una grande quantità di ostriche. A fare da cintura a questo vulcano marino sono delle murene affogate in una salsa calda. In generale, comunque, **i piatti erano molto vari** ed erano anche un segno della **disponibilità economica del padrone**.

I romani erano soliti **alternare il dolce ed il salato**, a volte addirittura **mescolandoli**, e mangiare **cibi molto saporiti**, con **un'esagerazione** di condimenti, aromi e spezie. Una caratteristica particolare della cucina romana è che **preferivano** di gran lunga i **cibi morbidi** e non quelli croccanti. Per esempio la carne, una regina della cucina romana, prima di essere arrostita veniva bollita.

Attorno ai letti dei commensali, siccome si mangiava con le mani, giravano degli **schiavi con delle brocche d’acqua** e degli asciugamani, per **pulire le mani**.

Poteva accadere anche che, durante lo svolgimento di un banchetto, per stupire i propri invitati, il padrone organizzasse dei veri e propri spettacoli condotti da dei “clown”.

CUCINA

La cucina delle domus è **poco spaziosa** e, durante i banchetti, regna **un'atmosfera colma di tensione** siccome i piatti che escono devono essere perfetti e devono soddisfare tutti.

La disposizione degli utensili e la presenza dei principali alimenti all'interno delle cucine era più o meno simile in tutte: su un tavolo erano disposti **tanti contenitori con gli aromi**: menta, coriandolo, aglio, sedano, cumino, alloro… Quest'ultimi, oltre ad essere utilizzati nei piatti, servivano anche per **coprire l'odore** della **carne** e del **pesce** che **andavano a male.**

COMMISSATIO

Si può dire che la **commissatio** fosse un' allegra **gara di brindisi** che si concludeva molto tardi, finendo spesso **ubriachi**.

Era abitudine che il vino fosse versato in un cratere e che o **bevessero una serie di coppe** tutte d'un fiato oppure che scegliessero un invitato e per ogni lettera del suo nome bevevano una coppa.

COSA ACCADE DOPO IL BANCHETTO…

Dopo la **commissatio** era consuetudine per i romani o andare a **trovare l'amante** o andare a **giocare una bisca**.

Come al giorno d'oggi anche nell'antica Roma esistevano le **vie di prostituzione** e dei locali, i **bordelli**. Più precisamente all'interno dei bordelli erano **presenti dei cubicoli** in cui si consumava il sesso rapido.

A differenza dei giorni nostri i **canoni di bellezza** ideali erano molto **diversi**, per esempio si **preferiva la rotondità** che è ciò che, solitamente, al giorno d'oggi la donna vuole eliminare.

Per i romani il **sesso** è un **regalo** degli dei e quindi uno dei **piaceri della vita**.

Il **civis romanus** (uomo romano libero) andrà con **qualunque tipo di partner**, a patto che sia **socialmente inferiore a lui**.

FINE